



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 370
Московского района Санкт-Петербурга

196128, Санкт-Петербург, ул. Благодатная, д.11 тел. 369-81-01

9.1.Сформированность культуры здоровья у педагогического коллектива (состояние здоровья учителей, их образ жизни и отношение к своему здоровью, участие в оздоровительных мероприятиях для педагогического коллектива)

Педагог должен служить примером для обучающегося, в том числе и примером человека, заботящегося о своём здоровье и самочувствии.

Культура здоровья учителя - целостное личностное образование, представляющее собой единство приоритета ценностей здоровья, высокой активности по их освоению и трансляции в профессиональной деятельности, глубоких знаний о путях и средствах эффективного формирования, сохранения и укрепления здоровья.

Процесс формирования культуры здоровья учителя представляет собой устойчивую установку вести здоровый образ жизни и пропагандировать его для подрастающего поколения. Кроме того, педагог должен быть заинтересован во внедрении и распространении здоровьесберегающих технологий в практику обучения и воспитания.

Формирование ценностного отношения педагогов к своему здоровью и здоровью учащихся, как необходимому условию физического, психического и социального благополучия человека, определено требованиями Государственного стандарта к уровню подготовки лиц по специальностям педагогического профиля. Расширение объёма знаний по вопросам сохранения и укрепления здоровья способствуют повышению уровня культуры здоровья педагогов.

В структуру представлений педагога о здоровом образе жизни должны быть включены следующие компоненты:

- устойчивая мотивация здорового образа жизни (ЗОЖ);
- профессиональная компетентность в области ЗОЖ;
- владение здоровьесберегающими технологиями педагогической деятельности и способами здоровьесберегающего профессионального поведения («поведенческая грамотность»);
- готовность педагога к формированию ЗОЖ учащихся.

Формирование культуры здоровья педагогов осуществляется поэтапно.

I этап – изучение состояния здоровья педагогов.

В начале эксперимента выявлен низкий уровень значимости здоровья как ценности и

регулятора здорового образа жизни педагогов; проведена самооценка различных признаков здорового образа жизни педагогов (вредных привычек, физической активности, обращений к врачу и медицинских осмотров). Отмечена высокая распространённость среди педагогов негативных поведенческих факторов - курения (2 %), нерегулярного питания (73 %), нерегулярной физической активности (утреннюю гимнастику регулярно выполняют лишь 5%); за медицинской помощью, в случае заболевания, обращались 50 % педагогов. Интерес к информации о здоровом образе жизни проявили 90 % учителей. Эти данные были использованы как стимул к мотивации здорового образа жизни, роста познавательного интереса в области культуры здоровья. Хочется отметить и положительный фактор - 42% педагогического состава школы регулярно занимаются спортом и выполняют суточную норму по двигательной активности (посещают спортзалы, бассейны и танцевальные студии, занимаются спортивной ходьбой, бегом и туризмом).

Данный этап осуществлялся в течение 2022-23 учебного года.

Полученные результаты были положены в основу разработки программы укрепления здоровья учителей.

II этап – проектирование организационно- педагогической системы деятельности школы по формированию культуры здоровья, компонентами которой явились:

- педагогическая система формирования культуры здоровья педагогов (рассмотрение вопросов и методик здоровьесбережения педагогов на педагогических совещаниях).
- внутришкольная педагогическая система сохранения и укрепления здоровья педагогов (организация групповых выездов на природу, экскурсий; проведение занятий психологической разгрузки для педагогов; проведение спортивных дружеских игр по волейболу между командами обучающихся и педагогов; проведение мастер-классов с ознакомлением методикам здоровьесбережения голосового аппарата, зрения, психики для педагогов).
- здоровьесозидающая социокультурная среда школы (создание условий для организации питания педагогов (холодильник, микроволновая печь и электрочайник в учительской), Содержанием инновационной деятельности в педагогической системе формирования культуры здоровья педагогов стала реализация:
- программы охраны здоровья педагогов средствами образовательного учреждения;
- программы постдипломного образования с целью формирования профессиональной компетентности педагогов в области культуры здоровья;
- программы диагностики готовности учителей к формированию культуры здоровья учащихся, их профессиональной компетентности в этой области.

Данный этап осуществлялся в течение 2023-24 учебного года.

III этап – моделирование здоровьесозидающей социокультурной среды школы.

Данный этап осуществляется в 2024-25 учебном году.

На каждом этапе создавались организационно-педагогические условия, обеспечивающие целенаправленное влияние на ценностно-мотивационный, когнитивно-компетентностный и действенно-практический компоненты культуры здоровья как составной части профессиональной культуры педагога.

К таким условиям отнесены:

- целенаправленное повышение квалификации педагогов по проблемам сохранения здорового образа жизни и здоровьесберегающим технологиям обучения учащихся;
- стимулирование включения педагогов в оздоровительные мероприятия, в здоровый образ жизни, создание для этого необходимых условий;
- активная инновационная деятельность педагогов по применению здоровьесберегающих технологий;
- диагностика и самодиагностика состояния здоровья и культуры здоровья педагогов и учащихся;
- установка на жизнеутверждающую, позицию педагогов и учащихся как субъектов здорового образа жизни.